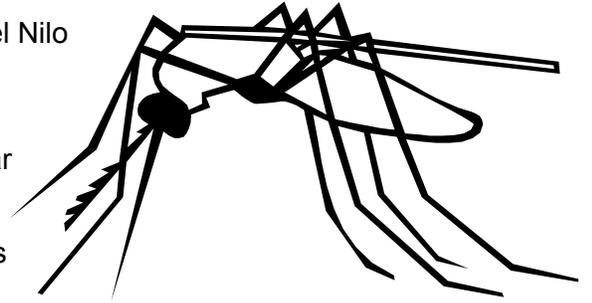


# *Infeción el Virus del Nilo Occidental*

---

## **Información Sobre El Tratamiento de Síntomas**

No hay una vacuna o medicamento específico para el Virus del Nilo Occidental. La siguiente información puede ayudarle:



- Use medicamentos que contienen ibuprophen (Advil), acetaminophen (Tylenol), o naproxen (Aleve) para controlar la fiebre, dolor de cabeza y dolor en el cuerpo.
- Tome líquidos frecuentemente. Agua, jugos claros, y jugos con minerales que son consumidos por los deportistas, los cuales ayudan a protegerse contra la deshidratación y debilidad. La deshidratación puede empeorar el dolor de cabeza y la fatiga. Llame a su doctor si está vomitando, tiene náusea o si no tiene apetito y no permite que tome suficiente líquidos. Es posible que su doctor le de medicamento para la náusea o líquidos intravenosos para la deshidratación.
- Ponga atención a su cuerpo y cuando se sienta cansado descanse en una área oscura y tranquila. El Virus del Nilo Occidental causa estrés al sistema inmunológico. Su cuerpo va a necesitar bastante tiempo para reponerse. Personas con fiebre causada por el Virus del Nilo Occidental se sienten cansados y débiles aún varias semanas después de esta aguda enfermedad. Puede tomar siestas frecuentes y bocados nutritivos para ayudar a su cuerpo a sentirse normal otra vez.
- Use lentes para el sol si va a andar afuera entre luz brillante. La luz brillante volvera a causar dolor de cabeza. Los dolores de cabeza pueden seguir varios días o semanas después de la etapa inicial de la enfermedad.
- Si usted regularmente estaba haciendo ejercicio antes de enfermarse, tendrá que empezar de nuevo. Empiece despacio y gradualmente aumente la resistencia. Tenga cuidado de la deshidratación durante el ejercicio. Tome bastante líquido antes, durante y después de empezar el ejercicio. Coma comidas ricas en proteína para ayudarle a recuperar músculo. Comidas ricas en proteína incluye carne, pescado, pollo, productos lácteos, nueces o mantequilla de nueces, frijoles y otras legumbres.
- Tal vez se puede sentir muy cansado al regresar al trabajo tiempo completo y afecte su productividad y seguridad. De nuevo, tome bastante líquido, aliméntese bien, y trate de tomar siestas durante su hora de comer. Tal vez puede hablar con su supervisor para trabajar menos horas y gradualmente trabajar sus horas normales.

**Para más información de El Virus del Nilo Occidental,** visita [www.fightthebitecolorado.com](http://www.fightthebitecolorado.com) o contacta la Línea Directa de Colorado at 1-877-462-2911